

Kurs-Nr.	Titel	Kursleitung	Beginn	von	bis	Dauer	Kursbeitrag	Materialbeitrag	Kursort
<b>FÜHRUNGEN</b>									
T31-9101	Stadtführung Innsbruck / Anmeldung bis 13.10.2023	Gottfried Winkler	Sa, 21.10.2023	10:00	12:00	1 x	€ 16,00		Landhausplatz lbk.
T31-9302	Pilzexkursion / Anmeldung bis 21.09.2023	Mag. Eberhard Steiner	Fr, 29.09.2023	14:00	17:00	1 x	€ 25,00		Burg Freundsberg
<b>KULTUR UND GESELLSCHAFT</b>									
T31-100X	Einführung in die Ahnenforschung – Ihr Familienstammbaum Entdecken Sie die Welt Ihrer Vorfahren	Hans-Peter Haberditz	Di, 26.09.2023	18:45	20:25	6 x	€ 118,00	€ 5,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre
T31-1301	Ändere deine Gedanken und auch du kannst glücklich sein!	Peter Schausberger	Do, 19.10.2023	18:30	22:00	1 x	€ 49,00		MS Schwaz, Parterre
T31-130X	Formulare, Beihilfen, Förderungen Was kann ich beantragen? Und wie geht das?	Ing. <sup>in</sup> Silvia Hunschofsky BEd MA	Fr, 22.09.2023	18:00	20:00	1 x	€ 5,00		MS Jenbach
T31-131X	Stress dich "richtig"! – Stress gesund begegnen	Marie-Luise Müller BA	Sa, 18.11.2023	09:00	13:00	1 x	€ 48,00	€ 2,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, 4. Stock
T31-132X	"Frausein" in den Wechseljahren	Heike Seemüller	Di, 21.11.2023	19:00	21:00	1 x	€ 29,00	€ 1,50 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre
<b>NATUR</b>									
T31-3002	Notnahrung aus der Natur – Survival-Kost in Wald und Wiese	Martina Kraus	Sa, 23.09.2023	09:00	11:30	1 x	€ 30,00	€ 2,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Küche
<b>SPRACHEN</b>									
T31-510X	Deutsch Mittelstufe B1 für Frauen	Mag. <sup>a</sup> Bärbel Achatz MSc	Di, 26.09.2023	08:30	10:00	11 x	€ 130,00	exkl. Lehrbuch	MS Schwaz, Parterre
T31-5101	Deutsch Mittelstufe B1 für Frauen Fortsetzung	Mag. <sup>a</sup> Bärbel Achatz MSc	Di, 09.01.2024	08:30	10:00	5 x	€ 59,00	exkl. Lehrbuch	MS Schwaz, Parterre
T31-5102	Deutsch A2 Schwerpunkt Schreiben	wird noch bekannt gegeben	Di, 26.09.2023	19:00	20:40	10 x	€ 130,00	exkl. Lehrbuch	MS Schwaz, Parterre
T31-5201	Englisch B1 mit leichter Konversation	wird noch bekannt gegeben	Mo, 25.09.2023	18:30	20:10	10 x	€ 130,00	exkl. Lehrbuch	MS Schwaz, Parterre
T31-5301	Französisch für leicht Fortgeschrittene A2.1 Voraus.: 3–4 Französischkurse oder entspr. Vorkenntnisse	Marie Cabiro BA	Mi, 27.09.2023	18:30	20:10	10 x	€ 130,00	exkl. Lehrbuch	MS Schwaz, Parterre
T31-5302	Französisch für leicht Fortgeschrittene A2.1 Fortsetzung Voraus.: ca. 4 Französischkurse oder entspr. Vorkenntnisse	Marie Cabiro BA	Mi, 10.01.2024	18:30	20:10	5 x	€ 65,00	exkl. Lehrbuch	MS Schwaz, Parterre
T31-5801	Französisch für Kinder ab 7 Jahren mit Grundkenntnissen	Marie Cabiro BA	Mi, 27.09.2023	17:30	18:20	10 x	€ 65,00	€ 5,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre
T31-5401	Italienisch für leicht Fortgeschrittene A2.2 Fortsetzung Voraus.: ca. 6 Italienischkurse oder entspr. Vorkenntnisse	Fabiana Villotti BA MA	Mi, 27.09.2023	18:15	19:55	10 x	€ 130,00	exkl. Lehrbuch	MS Schwaz, Parterre
T31-5402	Italienisch für leicht Fortgeschrittene A2.3 Voraus.: ca. 6–7 Italienischkurse oder entspr. Vorkenntnisse	Fabiana Villotti BA MA	Mi, 10.01.2024	18:15	19:55	5 x	€ 65,00	exkl. Lehrbuch	MS Schwaz, Parterre
T31-560X	Türkisch für Anfänger*innen A1.1	Mahmut Ince	Do, 21.09.2023	18:00	19:40	10 x	€ 130,00	exkl. Lehrbuch	MS Jenbach
<b>KUNST UND KREATIVITÄT</b>									
T31-6101	Happy Painting® – Lettering	DI <sup>in</sup> (FH) Nicola Khuen-Belasi	So, 15.10.2023	09:00	12:00	1 x	€ 44,00	€ 15,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre
T31-6102	Happy Painting® – Happy Weihnachten	DI <sup>in</sup> (FH) Nicola Khuen-Belasi	Sa, 25.11.2023	09:00	12:00	1 x	€ 44,00	€ 15,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre
T31-6103	Malen nach Bob Ross® – Brown Mountains	Silvia Paizoni	Sa, 02.12.2023	10:00	17:00	1 x	€ 100,00	€ 30,00	MS Schwaz, Parterre
T31-6104	Happy Painting® – Happy New Energy	DI <sup>in</sup> (FH) Nicola Khuen-Belasi	Sa, 13.01.2024	14:00	18:00	1 x	€ 59,00	€ 20,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre
T31-610X	Herzenswünsche Von der Idee zur Umsetzung mit kreativen Methoden	Daniela Jaidl	Sa, 21.10.2023	09:00	12:00	1 x	€ 36,00	€ 10,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre
T31-6201	Seife – natürlich, hochwertig und handgemacht	Nina Ferrari	Mi, 18.10.2023	18:30	21:30	1 x	€ 62,00	€ 20,00	MS Schwaz, Parterre

## KULINARIUM

T31-650X	Nudeln, Krapfen & Co.	Ing. <sup>in</sup> Alexandra Kammerlander	Mi, 04.10.2023	19:00 21:30	1 x	€ 29,00	€ 5–10,00 (bar im Kurs)	VS Jenbach; Küche
T31-651X	Brot backen für den Alltag – schnell und einfach	Ing. <sup>in</sup> Alexandra Kammerlander	Mi, 18.10.2023	19:00 21:30	1 x	€ 29,00	€ 5–10,00 (bar im Kurs)	VS Jenbach; Küche
T31-652X	Partygebäck selbst gemacht	Ing. <sup>in</sup> Alexandra Kammerlander	Mi, 08.11.2023	19:00 21:30	1 x	€ 29,00	€ 5–10,00 (bar im Kurs)	VS Jenbach; Küche
T31-653X	Schnelle Küche für zwischendurch	Ing. <sup>in</sup> Alexandra Kammerlander	Mi, 22.11.2023	19:00 21:30	1 x	€ 29,00	€ 5–10,00 (bar im Kurs)	VS Jenbach; Küche

## MUSIK

T31-6601	Gitarre für Anfänger*innen – Grundkurs	Mag. Philipp Haniger	Mo, 02.10.2023	19:30 20:30	10 x	€ 102,00		MS Schwaz, Parterre
T31-6602	Gitarre für Anfänger*innen – Aufbaukurs 1	Mag. Philipp Haniger	Di, 03.10.2023	18:15 19:15	10 x	€ 102,00		MS Schwaz, Parterre
T31-6604	Gitarre für Fortgeschrittene	Mag. Philipp Haniger	Di, 03.10.2023	19:30 20:30	10 x	€ 102,00		MS Schwaz, Parterre
T31-6605	Gitarre für leicht Fortgeschrittene (5. Semester)	Artur Winkler	Mo, 02.10.2023	18:45 19:45	10 x	€ 102,00		MS Schwaz, Parterre

## GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

T31-7202	Tai Ji Zen und Qi Gong für Fortgeschrittene	Thomas Wöll	Mi, 27.09.2023	19:15 20:55	10 x	€ 136,00		MS Schwaz, 4. Stock
T31-7203	Yoga für (leicht) Fortgeschrittene	Ing. <sup>in</sup> Jasmin Sattler	Di, 26.09.2023	18:30 19:45	10 x	€ 105,00		MS Schwaz, 4. Stock
T31-7204	Yoga für (leicht) Fortgeschrittene	Ing. <sup>in</sup> Jasmin Sattler	Di, 09.01.2024	18:30 19:45	5 x	€ 53,00		MS Schwaz, 4. Stock
T31-7205	Yoga für Anfänger*innen und (leicht) Fortgeschrittene	Ing. <sup>in</sup> Jasmin Sattler	Do, 21.09.2023	18:30 19:45	10 x	€ 105,00		MS Schwaz, 4. Stock
T31-7206	Yoga für Anfänger*innen und (leicht) Fortgeschrittene	Ing. <sup>in</sup> Jasmin Sattler	Do, 11.01.2024	18:30 19:45	5 x	€ 53,00		MS Schwaz, 4. Stock
T31-7301	Rückenfit & Stretching	DI <sup>in</sup> Michaela Trojer	Mo, 25.09.2023	19:00 20:00	10 x	€ 84,00		Hans-Sachs-VS Schwaz
T31-7302	Rückenfit & Stretching	DI <sup>in</sup> Michaela Trojer	Mo, 08.01.2024	19:00 20:00	5 x	€ 42,00		Hans-Sachs-VS Schwaz
T31-7303	Ganzkörpertraining nach Pilates	Stefan Salzburger	Di, 26.09.2023	20:00 21:00	10 x	€ 84,00		MS Schwaz, 4. Stock
T31-730X	Beckenbodentraining für sie und ihn Workshop nach der Franklin-Methode®	Anita Schreiner	Sa, 30.09.2023	09:30 12:30	1 x	€ 31,00		MS Schwaz, 4. Stock
T31-760X	Urban Dance	Marleen Bahe	Mi, 20.09.2023	18:35 19:35	10 x	€ 84,00		MS Jenbach, Gymn.saal

## DIE JUNGE VOLKSHOCHSCHULE

T31-3801	Elektronik-Experimente – Einblick in die Robotik für Anfänger*innen und Fortgeschrittene ab 8 Jahren Anmeldung bis 13.10.2023	Raphaela Visočnik	Sa, 28.10.2023	09:00 12:30	1 x	€ 52,00		MS Schwaz € 10,00 Treffpunkt: Eingang Polyt. Schule
T31-5801	Französisch für Kinder ab 7 Jahren mit Grundkenntnissen	Marie Cabiro BA	Mi, 27.09.2023	17:30 18:20	10 x	€ 65,00	€ 5,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre
T31-6102	Happy Painting® – Happy Weihnachten	DI <sup>in</sup> (FH) Nicola Khuen-Belasi	Sa, 25.11.2023	09:00 12:00	1 x	€ 44,00	€ 15,00 (bar im Kurs)	MS Schwaz, Parterre

MS = Mittelschule

VS = Volksschule

Bei allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Tirol, einsehbar unter: [www.vhs-tirol.at/agb](http://www.vhs-tirol.at/agb).

Nähere Informationen zu den Veranstaltungen erhalten Sie im Programmheft oder auf unserer Website sowie telefonisch oder persönlich in unserem Büro.

Unser Programmheft liegt ab ca. Mitte August an vielen Orten für Sie zum Mitnehmen bereit (z. B. Sparkasse Schwaz, Tyrolia, Marienapotheke, Rathausinformation, Andi's Schleiferei).

**VHS Schwaz, Hubert-Danzl-Platz 2, 6130 Schwaz, +43 699 15888218, [schwaz@vhs-tirol.at](mailto:schwaz@vhs-tirol.at), [www.vhs-tirol.at/schwaz](http://www.vhs-tirol.at/schwaz)**

Der Eingang für unsere Kurse in der Mittelschule Schwaz ist jener auf der nordöstlichen Gebäudeseite: "Schwazer Mittelschulen".